



# The Commonwealth of Massachusetts

**Executive Office of Health and Human Services  
Department of Public Health  
William A. Hinton State Laboratory Institute  
305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130**

**DEVAL L. PATRICK  
GOVERNOR**

**JOHN W. POLANOWICZ  
SECRETARY**

**CHERYL BARTLETT, RN  
COMMISSIONER**

**Bureau of Infectious Disease  
Tel: (617) 983-6550  
Fax: (617) 983-6925  
[www.mass.gov/dph](http://www.mass.gov/dph)**

## 给居家隔离者发出的关于埃博拉的信息

你被确认有被染上埃博拉病的风险。埃博拉是一种非常严重的疾病，通过直接接触一个患有埃博拉病的人(如通过破损的皮肤或粘膜)的血液或体液(包括但不限于尿液、唾液、粪便、呕吐物、汗液、乳汁、和精液)，或接触被以上液体污染过的尖锐物(如针头或注射器)而感染。为了预防你万一发病，潜在的疾病传播给他人，你已经被隔离。隔离是指把一个已经与某种疾病接触但未发病的人和其他人分离开来，以防止这种疾病从一个人传到另一个人的身上。如上所述，在你最近一次接触病毒后，需保持隔离 21 天。当地卫生部或麻萨诸塞州公共卫生部会通知你隔离结束的时间。在隔离期间如有任何问题，请拨打以下电话：

1. 你的医生\_
  - 姓名: \_\_\_\_\_
  - 电话号码: \_\_\_\_\_ 或 \_\_\_\_\_
2. 你当地的卫生部(城镇或城市)
  - 城镇或城市: \_\_\_\_\_
  - 联系人: \_\_\_\_\_
  - 电话号码: \_\_\_\_\_ 或 \_\_\_\_\_
3. 麻萨诸塞州公共卫生部
  - 值班的流行病学医生
  - 电话: (617) 983-6800 (每周 7 天, 每天 24 小时)

在你被隔离期间，你不应该有客人来访。你的家人，只要没有受到隔离可以进行正常活动。

### 在隔离期间，你应该做以下事情：

1. 早晚测量体温并记录下来。注意你身体的综合状况并留意有无发烧、头疼、喉咙痛、咳嗽、噁心、呕吐、腹泻、或全身乏力(身体虚弱或不适)。如果你开始

出现以上任何症状，立即使用此页正面提供的电话号码，给当地卫生部或麻萨诸塞州公共卫生部打电话。

2. 经常并彻底地用肥皂和水洗净双手。或者，如果没有明显的污垢，可以使用消毒酒精搓洗双手。
3. 咳嗽和打喷嚏时，应挡住嘴巴和鼻子并把纸巾丢进有内衬的垃圾桶里。
4. 不要分享食品或饮料用具。像平时一样，使用洗碗机或肥皂和温水清洗这些用具。
5. 除了去看医生，不要离开住宅。到达医生诊所或医院之前，应事先打电话告知：你被认为是属于接触过埃博拉病毒的人，并正在家中隔离。这样医生或医院可以做出相应安排以防止病毒传播。
6. 如果有症状出现，你可能会传染给其他人，所以不要直接接触别人。体液可以传播病毒，请确保其他人无法接触你的体液和分泌物。若有可能，你应该使用口罩，比如手术口罩，会帮助避免病毒的传播。

若无埃博拉症状，你可能不会传染给别人，但如有可能，请采取以下预防手段：

1. 避免在家近距离接触其他人。
2. 如有可能，使用单独的卧室和卫生间。
3. 不要与家人共享浴巾、床单、或毯子。

#### **家里的其他人应该：**

1. 要注意他们自己的健康状况，因为他们可能已暴露于埃博拉病毒但还未被确认。他们应该注意自己发热、头痛、咽痛、咳嗽、恶心、呕吐、腹泻、或全身乏力等情形。如果他们出现以上任何症状，应当使用此页正面提供的电话号码，给当地卫生部或麻萨诸塞州公共卫生部打电话。如果他们去看医生或去医院就医，应该在出发前打电话，通知对方他们和埃博拉病毒有过接触、并与在家中隔离的人住在一起，以便安排以防止埃博拉病毒的传播。
2. 只要家人没有以上第 1 项所描述的任何症状，就可以在室外继续正常活动。
3. 经常并彻底地用肥皂和水洗净双手。或者，如果没有明显的污垢，可以使用消毒酒精搓洗双手。

#### **一般的感染防控：**

1. 应当把埃博拉隔离者用过的手套、纸巾、口罩、和其他垃圾放在一个袋子里，系紧，才可以与其他生活垃圾放在一起。
2. 可以使用温水和洗涤剂在洗衣机中为家中被隔离的人清洗衣物。可以但不必非用漂白剂。不要把脏衣物抖在外面，并应避免这些衣物接触到你的皮肤或衣物(比如可使用手套)。
3. 由被隔离的人触摸过或因沾有其体液(唾液/啐液、粘液、尿液、粪便、呕吐物)而变脏的台面应根据家用消毒剂标签的说明进行清洗和消毒。清洁时应戴上家用手套。

根据标签上的指示，每天应使用家用消毒剂对被隔离人所使用的浴室进行清洗。清洁时应戴上家用手套。

如果你有特殊需要，或者没有家人和朋友协助你(购物、办事等)，麻萨诸塞州公共卫生部和当地卫生部(联系信息如上所示)将帮助你明确及满足你的需求。